

Relatório Anual da Coordenação de Curso

Escola Superior de Desporto de Rio Maior

Licenciatura em Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis

Ano Letivo 2022/23

Elaborado por: Susana Alves

Data: 22/11/2023

Aprovado em CTC: **CTC - APROVADO**
ATA Nº570 ANEXO 14
DATA: 29-11-2023

Data:

Área científica predominante do ciclo de estudos	Ciências do Desporto
N.º de créditos ECTS necessários à obtenção do grau/diploma	180
Duração do ciclo de estudos	3
Número máximo de admissões	35

1- Caracterização Geral do Ciclo de Estudos

1.1-Condições de Acesso

O Concurso Nacional de Acesso (CNA) destina-se a todos os candidatos que pretendem candidatar-se ao Ensino Superior e que satisfaçam todas as seguintes condições:

- Ter aprovação num curso de ensino secundário ou habilitação legalmente equivalente;
- Ter realizado as provas de ingresso exigidas e ter obtido nas mesmas uma classificação igual ou superior à classificação mínima fixada;
- Satisfazer os pré-requisitos, quando exigidos, para o curso pretendido;
- Ter uma nota de candidatura igual ou superior ao valor mínimo fixado para o curso.

As candidaturas são realizadas online através da plataforma da Direção-Geral de Ensino Superior, podendo os candidatos beneficiar de apoio na candidatura junto do Gabinete de Acesso ao Ensino Superior do IPSantarém, através do email: academicos@ipsantarem.pt.

O Regulamento do Concurso Nacional de Acesso e Ingresso no Ensino Superior Público para a Matrícula e Inscrição é publicado anualmente no sítio de internet da Direção-Geral do Ensino Superior disponível em: <https://www.dges.gov.pt/pt>

Provas de Ingresso

Uma das seguintes provas:

- 02 Biologia e Geologia
- 17 Matemática Aplicada às Ciências Sociais
- 18 Português

Classificações Mínimas

- Nota de candidatura: 95 pontos
- Provas de ingresso: 95 pontos

Fórmula de Cálculo

- Média do secundário: 60%
 - Provas de ingresso: 40%
-

Preferência Regional

Percentagem de vagas: 30%

Área de influência: Évora, Leiria, Lisboa, Portalegre, Santarém, Setúbal

Outros Acessos Preferenciais

Percentagem de vagas: 30%

Cursos com acesso preferencial:

- 089 Desporto (DL 74/2004)
- 573 Animação e Gestão Desportiva (Port. 26/2005)
- 667 Gestão e Dinamização Desportiva (Port. 817/2009)
- 674 Animação Sociocultural (Port. 817/2009)
- 721 Técnico de Serviços Pessoais e à Comunidade
- 842 Agrupamento 4 / Animação Social
- 846 Complementar/Secundário de Dança (Decreto-Lei n.º 286/89)
- 847 Dança - Formação de Bailarinos (Decreto-Lei n.º 286/89)
- 984 Recorrente - Desporto (DL 74/2004)
- A06 Animação Sociodesportiva (VCT) (Port. 941/2009)
- A53 Animação e Gestão Desportiva (Port. 960/2009)
- G01 Animação Sócio Desportiva (VC) (Portaria n.º 260/2013)
- G14 Animação Sócio Desportiva (VT) (Portaria n.º 260/2013)
- G29 Animação e Gestão Desportiva (Portaria n.º 262/2013)
- G43 Animação Sociocultural (Portaria n.º 265/2013)
- G49 Desporto e Dinamização da Atividade Física (Port. 265/2013)
- G54 Turismo Cultural e Recreativo (Portaria n.º 265/2013)
- G75 Colégio de S. Gonçalo - Cursos do DL 286/89
- G80 Cursos profissionais das EP anteriores ao DL 74/2004
- G82 Cursos profissionais - Inst. Nac. de Formação Turística
- P01 Animador Sociocultural
- P09 Intérprete de Dança Contemporânea
- P11 Técnico Auxiliar de Saúde
- P19 Técnico de Apoio Psicossocial
- P83 Técnico de Segurança e Salvamento em Meio Aquático
- P91 Técnico de Turismo
- R05 Técnico de Apoio à Gestão Desportiva
- R10 Técnico de Desporto e Condição Física
- R15 Técnico de Desporto
- S56 Técnicas de Operações Turísticas e Hoteleiras (Port 57/2009)
- S59 Hotelaria e Turismo (Portaria n.º 846/2007)
- S62 Técnico Auxiliar de Saúde
- S64 Técnico de Apoio à Gestão Desportiva
- T02 Animador Sociocultural
- T06 Técnico de Ação Educativa
- T26 Técnico de Gestão Desportiva
- T28 Técnico de Informação e Animação Turística

1.2-Objetivos Gerais definidos para o Ciclo de Estudos

Formação - *Lifestyle Coach* (Técnicos de atividade física e estilos de vida saudáveis)

O foco principal deste profissional de atividade física (*Lifestyle Coach*) é o combate às principais causas das doenças crónicas nas sociedades modernas, que estão intimamente associadas com o estilo de vida, como por exemplo, a obesidade, o diabetes tipo II, as doenças cardiovasculares, entre outras. Dada a natureza interdisciplinar do curso, este profissional estará apto a integrar organizações ligadas à atividade física (i.e., ginásios, *health clubs*, estúdios de treino personalizado) e à saúde (i.e., centros de saúde, clínicas), bem como em outras instituições com responsabilidades ao nível da promoção da saúde, quer no setor público (i.e., municípios, centros comunitários, lares, centros de dia, escolas) quer no setor privado (i.e., empresas, seguradoras). Este profissional poderá ainda aplicar as suas competências na área do empreendedorismo para desenvolver o seu próprio modelo e plano de negócios.

1.3-Estrutura curricular (Áreas científicas e plano de estudos)

1º ano 1Sº Semestre	
Unidade Curricular	Área Científica
Ciências da Saúde Aplicadas	Ciências do Desporto
Gestão de Projetos	Ciências Sociais e Humanas
Introdução a Saúde Pública	Ciências do Desporto
Modelo de Mudança Comportamental	Ciências do Desporto
Pedagogia da Atividade Física	Ciências do Desporto
Técnicas de Comunicação e Apresentação	Ciências do Desporto
Opção1 - Atividades Desportivas	Ciências do Desporto

1º ano 2Sº Semestre	
Unidade Curricular	Área Científica
Atividades Físicas de Natureza	Ciências do Desporto
Aulas de Grupo de Fitness	Ciências do Desporto
Avaliação e Prescrição do Exercício	Ciências do Desporto
Cardiofitness e Treino Força	Ciências do Desporto
Exercício para Populações Clínicas	Ciências do Desporto
Intervenção Profissional	Ciências do Desporto
Opção 2 - Análise e Interpretação de Dados em Atividade Física	Ciências do Desporto

2º ano 1Sº Semestre	
Unidade Curricular	Área Científica
Atividade Física e Estilo de Vida	Ciências do Desporto
Avaliação e Intervenção para a Mudança Comportamental	Ciências do Desporto
Métodos de Aconselhamento	Ciências do Desporto
Programa de Mudança Comportamental	Ciências do Desporto
Psicologia da Saúde	Ciências do Desporto
Opção 3 - Atividade Física Adaptada	Ciências do Desporto

2º ano 2Sº Semestre	
Unidade Curricular	Área Científica
Aconselhamento Nutricional	Ciências do Desporto
Exercício e Nutrição ao Longo da Vida	Ciências do Desporto
Plano de Intervenção Nutricional	Ciências do Desporto
Opção 4 - Capacidades Condicionantes e Atividade Física	Ciências do Desporto

3º ano 1Sº Semestre	
Unidade Curricular	Área Científica
Desenvolvimento de Organizações Desportivas	Ciências do Desporto
Governança e Políticas Desportivas	Ciências do Desporto
Implementação de Políticas de Saúde	Ciências do Desporto
Liderança em Desporto e Saúde	Ciências do Desporto
Planeamento de Negócios e Consultoria	Ciências do Desporto
Projeto I	Ciências do Desporto
Simulação Estratégica de Políticas para a Atividade Física	Ciências do Desporto
Opção 5 - Atividade Física em Contexto Laboral	Ciências do Desporto

3º ano 2Sº Semestre	
Unidade Curricular	Área Científica
Projeto II	Ciências do Desporto
Seminário	Ciências do Desporto

2- Corpo docente – Fonte: SRH**2.1. Docente(s) responsável(eis) pela coordenação do ciclo de estudos**

Nome	Categoria	Grau	Título de Especialista	Área Científica Do Título de Especialista	Regime de Tempo
Susana Mendes Alves	Prof. Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%

2.2 Corpo docente próprio

Nome	Categoria	Grau	Título de Especialista	Área Científica do Título de Especialista	Regime de Tempo
Alexandre Miguel Cavaco Picanço Mestre	Docente Convidado	Doutoramento	Não	---	25%
Alfredo José Henriques Carvalho da Silva	Prof. Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Ana Isabel Piedade Santana	Docente Convidado	Mestrado	Não	---	50%
Anabela Pereira dos Santos de Sousa Vitorino	Prof. Adjunto	Doutoramento	Sim	Psicopedagogia Especial	100%
Bruno Pereira Aires	Docente Convidado	Mestrado	Não	---	59%
Carla Maria Chicau Costa Borrego	Prof. Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
Carlos Oliveira Silvério	Docente Convidado	Licenciatura	Não	---	75%
Cristiana Isabel André Mercê	Prof. Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Cristina Brito Subtil de Carvalho Portela	Docente Convidado	Mestrado	Não	---	59%
Diana Carvalho Filipe	Docente Convidado	Licenciatura	Não	---	59%
Filomena da Conceição Sousa Soares Calixto	Prof. Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Gonçalo Filipe Silva Carvalho	Docente Convidado	Mestrado	Não	---	50%
Hugo Filipe Barra Dinis	Docente Convidado	Mestrado	Não	---	30%
Joana de Matos Santos Serpa	Docente Convidado	Mestrado	Não	---	59%
João Paulo Reis Gonçalves Moreira de Brito	Prof. Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
José de Jesus Fernandes Rodrigues	Prof. Coordenador Principal	Doutoramento	Não	---	100%
Luís Gonzaga Ferreira Joaquim	Prof. Adjunto	Mestrado	Sim	Psicologia do Desporto	100%
Marco António Colaço Branco	Prof. Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Maria de Fátima Florentino Gonçalves Ramalho	Prof. Adjunto	Doutoramento	Sim	Desporto - Exercício e Saúde	100%

Miguel André Telo de Arriaga	Docente Convidado	Doutoramento	Não	---	15%
Mónica Alexandra Godinho de Sousa	Docente Convidado	Mestrado	Não	---	59%
Nuno Manuel Queiroz Pimenta de Magalhães	Prof. Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Nuno Rafael Pedro do Couto	Docente Convidado	Doutoramento	Não	---	75%
Paulo Filipe da Rosa	Prof. Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Pedro Jorge Richheimer Marta de Sequeira	Prof. Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
Pedro Nuno de Alexandre Sobreiro - ESD	Prof. Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Rafael Franco Soares Oliveira	Prof. Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Renato Miguel Cordeiro Fernandes	Prof. Adjunto	Mestrado	Sim	Desporto - O Treino de Jovens no Futebol	100%
Rita Alexandra Prior Falhas Santos Rocha	Prof. Coordenador com Agregação	Doutoramento	Não	---	100%
Roberto Alves Coelho	Docente Convidado	Licenciatura	Não	---	59%
Rodrigo Miguel Arsénio dos Santos Ruivo	Docente Convidado	Doutoramento	Não	---	50%
Rúben Samuel Cordeiro Francisco	Docente Convidado	Mestrado	Não	---	15%
Susana Filipa Ganhão Arranhado	Docente Convidado	Doutoramento	Não	---	30%
Susana Mendes Alves	Prof. Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Tiago Ferreira Santos	Docente Convidado	Licenciatura	Não	---	15%
Vera Alexandra Costa Simões	Prof. Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%

3- Estudantes

3.1 – Caracterização dos estudantes (total de inscritos, género, proveniência)

Total de Estudantes Inscritos Fonte: SIGARRA	Género Fonte: SIGARRA	Proveniência Fonte: SIGARRA
1	Masculino	Cabo Verde
2	Masculino	Guiné-Bissau
41	Feminino	Portugal
38	Masculino	Portugal
Total: 82		

País de Residência (valores totais por escola) Fonte: RAIDES 22	Estudantes Inscritos (valores totais por escola) Fonte: RAIDES 22	Concelhos de Residência (valores totais por escola) Fonte: RAIDES 22
Andorra	1	Anexo 1
Angola	1	
Brasil	9	
Portugal	996	
França	1	
Guiné-Bissau	16	
Itália	1	
Chipre	1	
São Tomé e Príncipe	1	
TOTAL INSCRITOS ESDRM 2022/2023	1027	

3.2 - Estudantes inscritos no ciclo de estudos, por ano curricular

Estudantes inscritos no ciclo de estudos, por ano curricular Fonte: SIGARRA	
Ano	Total
1	33
2	29
3	20
Total	82

3.3 – Procura do ciclo de estudos

3.3.1 – Concurso Nacional de Acesso

Número total de Vagas	Número de Candidatos (3 fases acesso geral)	Nº de Inscritos 1º Ano 1ª Vez estudantes	Nº de Inscritos 1ª Opção	Nota de candidatura do último colocado (1ª fase)	Média de entrada no curso (1ª fase)
Fonte: SAC	Fonte: DGES	Fonte: SAC	Fonte: SIGARRA	Fonte: DGES	Fonte: DGES
20	240	20	12	127,2	136,9

3.3.2 – Outros Concursos – Fonte: SIGARRA

Número total de Vagas	Número de Candidatos	Nº de Inscritos 1º Ano 1ª Vez estudantes	Nº de Inscritos 1ª Opção	Nota de candidatura do último colocado	Média de entrada no curso
Fonte: SAC		Fonte: SAC			
10	34	9	6	15	119,16

3.4 - Abandono (anulação de matrícula, de inscrição e interrupção)

Nº de estudantes em abandono (anulação de matrícula, de inscrição e interrupção)	Taxa de Abandono (nº estudantes / total estudantes inscritos)
Fonte: SIGARRA	
23	22%

Nota: Dados relativos aos estudantes que frequentaram o ano letivo 2021/2022 e não se inscreveram em 2022/2023 ou anularam a matrícula.

4- Resultados

4.1 – Resultados académicos – Fonte: SIGARRA

4.1.1 - Eficiência formativa do ciclo de estudos – Fonte: SIGARRA

Quadro 1- Número de Diplomados

Nº de Diplomados	Nº de estudantes Diplomados em N	Nº de estudantes Diplomados em N + 1	Nº de estudantes Diplomados em N+2	Nº de estudantes Diplomados em N+3	Nº de estudantes Diplomados em N>= 4
15	15	0	0	0	0

Quadro 2- Número de Estudantes que concluíram o curso e distribuição de classificações

Classificações	Nº de Estudantes
10 valores	0
11 valores	0
12 valores	0
13 valores	0
14 valores	4
15 valores	8
16 ou mais valores	3
Total	15

Quadro 3- Número de estudantes que transitaram de ano

Nº de estudantes que transitaram de ano
40

Quadro 4- Número de Estudantes Repetentes

Nº de estudantes repetentes (os que não transitam de ano curricular)
12

4.1.2 – Empregabilidade dos diplomados

Taxa de Empregabilidade	
Resultados GAEE 2020/2021 (nº empregados / nº empregados + nº desempregados)	DGES (2018 até 2021)
88%	95,2%

4.1.3 – Prosseguimento de estudos de diplomados em anos anteriores

Prosseguimento de Estudos 2020/2021 (Estudantes a tempo inteiro)
27,5%

Fonte: SIGARRA

4.1.4 - Taxa de sucesso das unidades curriculares, por área científica do ciclo de estudos

Fonte: SIGARRA

1º ano, 1Sº Semestre					
Unidade curricular	Área Científica	Avaliados	Aprovados	Taxa de Sucesso (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)	Classificação Média
Ciências da Saúde Aplicadas	Ciências do Desporto	25	18	72,00	13,63
Gestão de Projetos	Ciências Sociais e Humanas	27	21	77,78	12,77
Introdução a Saúde Pública	Ciências do Desporto	24	24	100,00	15,88
Modelo de Mudança Comportamental	Ciências do Desporto	23	23	100,00	12,87
Pedagogia da Atividade Física	Ciências do Desporto	32	23	71,88	13,38
Técnicas de Comunicação e Apresentação	Ciências do Desporto	23	23	100,00	17,13
Atividades Desportivas	Ciências do Desporto	27	25	92,59	17,40

1º ano, 2Sº Semestre					
Unidade curricular	Área Científica	Avaliados	Aprovados	Taxa de Sucesso (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)	Classificação Média
Atividades Físicas de Natureza	Ciências do Desporto	28	20	71,43	15,29
Aulas de Grupo de Fitness	Ciências do Desporto	33	24	72,73	14,00
Avaliação e Prescrição do Exercício	Ciências do Desporto	27	21	77,78	14,43
Cardiofitness e Treino Força	Ciências do Desporto	22	22	100,00	12,68
Exercício para Populações Clínicas	Ciências do Desporto	30	22	73,33	13,68
Intervenção Profissional	Ciências do Desporto	22	22	100,00	16,36
Análise e Interpretação de Dados em Atividade Física	Ciências do Desporto	23	14	60,87	13,00

2º ano, 1Sº Semestre					
Unidade curricular	Área Científica	Avaliados	Aprovados	Taxa de Sucesso (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)	Classificação Média
Atividade Física e Estilo de Vida	Ciências do Desporto	28	28	100,00	16,64
Avaliação e Intervenção para a Mudança Comportamental	Ciências do Desporto	23	23	100,00	14,22
Métodos de Aconselhamento	Ciências do Desporto	23	23	100,00	13,04
Programa de Mudança Comportamental	Ciências do Desporto	26	22	84,62	13,86
Psicologia da Saúde	Ciências do Desporto	24	24	100,00	13,46
Atividade Física Adaptada	Ciências do Desporto	24	24	100,00	13,50

2º ano, 2Sº Semestre					
Unidade curricular	Área Científica	Avaliados	Aprovados	Taxa de Sucesso (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)	Classificação Média
Aconselhamento Nutricional	Ciências do Desporto	26	26	100,00	15,35
Exercício e Nutrição ao Longo da Vida	Ciências do Desporto	26	26	100,00	14,73
Plano de Intervenção Nutricional	Ciências do Desporto	28	28	100,00	14,04
Capacidades Condicionantes e Atividade Física	Ciências do Desporto	22	22	100,00	16,77

3º ano, 1Sº Semestre					
Unidade curricular	Área Científica	Avaliados	Aprovados	Taxa de Sucesso (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)	Classificação Média
Desenvolvimento de Organizações Desportivas	Ciências do Desporto	17	17	100,00	15,53
Governança e Políticas Desportivas	Ciências do Desporto	18	18	100,00	12,67
Implementação de Políticas de Saúde	Ciências do Desporto	18	18	100,00	15,39
Liderança em Desporto e Saúde	Ciências do Desporto	17	16	94,12	13,41
Planeamento de Negócios e Consultoria	Ciências do Desporto	18	18	100,00	13,5
Projeto I	Ciências do Desporto	18	18	100,00	14,94
Simulação Estratégica de Políticas para a Atividade Física	Ciências do Desporto	18	17	94,44	17,82
Atividade Física em Contexto Laboral	Ciências do Desporto	19	19	100,00	14,47

3º ano, 2Sº Semestre					
Unidade curricular	Área Científica	Avaliados	Aprovados	Taxa de Sucesso (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)	Classificação Média
Projeto II	Ciências do Desporto	16	16	100,00	16,81
Seminário	Ciências do Desporto	20	16	80,00	14,56

4.2 – Nível de Internacionalização do ciclo de estudos

Mobilidade	Nº de estudantes	Nº de docentes
	Fonte: GMI	Fonte: GMI
<i>Incoming</i>	7	1
<i>Outgoing</i>	5	11

4.3 – Atividades de desenvolvimento tecnológico e artístico, prestação de serviços à comunidade e formação avançada

O curso de Licenciatura em Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis (AFEVS) tem uma natureza aplicada proporcionando, aos estudantes, novas experiências e contextos de aprendizagem enriquecedores, preparando-os para os desafios do mercado de trabalho na área profissional da atividade física e estilos de vida saudáveis.

Deste modo, o plano de estudos foi concebido com o propósito de apoiar os estudantes na criação e implementação de produtos e serviços inovadores relacionados com a atividade física e estilos de vida saudáveis, através da UC de Projeto (3.º ano).

Em seguida, destacamos alguns exemplos de produtos profissionais inovadores desenvolvidos durante o ano letivo de 2022/2023, onde os estudantes aplicaram seus conhecimentos na criação, implementação ou melhoria de programas de exercícios, ou serviços voltados para a promoção de estilos de vida saudáveis:

1. **“Pro Chairs”** – Equipa: Alexandra Alvarinhas, Cristiana Eutíquio e Francisca Duarte;
2. **“Evolution”** – Equipa: Sandra Duarte, Ana Catarina Galvão, André Barata e Mariana Vicente;
3. **“NutriScan”** – Equipa: Steffany Guitian, Luis Silva, Camila Loureiro e Inês Silva;

-
4. **“Refsport”** – Equipa: Diogo Veríssimo, Leonardo Dias, Hirondina Casal e Francisco Santos;
 5. **“Lumbar Brace”** – Equipa: Margarida Rodrigues, Maria Francisca Rhodes e Érica Silva.

O plano de estudos também promove o envolvimento dos estudantes em projetos de investigação aplicada, estimulando o desenvolvimento de competências de pesquisa de informação, de formulação de questões relevantes e de procura de respostas para as mesmas. No ano letivo 2022/2023, destacamos os seguintes projetos de investigação aplicada:

1. Alexandra Alvarinhas Rodrigues Veiga Lopes - ***Efeitos de um programa de Atividade Física na prevenção de quedas nos idosos.***
2. Ana Catarina Monarca Galvão - ***Atividade Física e Qualidade de Vida na População Idosa.***
3. André Henrique Lima Barata - ***Determinantes da Atividade Física.***
4. Camila Da Cunha Loureiro - ***Estudo da relação entre a Atividade Física e o Bem-Estar nos funcionários não-docentes da Escola Superior de Desporto de Rio Maior.***
5. Cristiana Santos Rosário Almeida Eutiquio - ***Estudo da relação entre a adesão à dieta mediterrânica e o percentil do índice de massa corporal em crianças do 1º ciclo.***
6. Diogo Miguel Lopes Veríssimo - ***Estudo dos motivos para a ausência da prática de atividade física em adolescentes.***
7. Francisca Maria Vasconcelos Duarte - ***Efeitos de um programa de atividade física nos sintomas depressivos nos idosos.***
8. Francisco António Nogueira Santos - ***Relação entre a cafeína e o treino de força.***
9. Inês Sofia Amaral Silva - ***Estilo de vida e Transtorno Compulsivo Alimentar numa População Obesa.***
10. Leonardo Ribeiro Dias - ***Perceção da qualidade de vida em pacientes com diabetes tipo-2.***
11. Luís António Fialho da Silva - ***Estudo da relação dos comportamentos de suporte e frustração das necessidades psicológicas básicas e a perceção da diversão em contexto de ginásio.***
12. Mariana Pinto Vicente - ***Estudo de Relação Entre a Frequência da Prática de Atividade Física e o Índice de Massa Corporal em Adolescentes.***
13. Sandra Isabel César Duarte - ***Em que medida a ansiedade pré-competitiva interfere no desempenho desportivo.***

14. Steffany Michelle Paulino Guitian - ***Impacto da atividade física no estilo de vida de pessoas com obesidade mórbida***

A procura pela ligação às entidades do mercado de trabalho é feita ainda através do desenvolvimento de projetos de co-criação, como o caso dos que forem desenvolvidos no âmbito do projeto Link me Up, envolvendo estudantes e docentes do curso. No ano letivo 2022/2023, destacamos os seguintes projetos Co-criação:

- Projeto **Work Better, Live Better** (Promoção de Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis em Contexto de Teletrabalho) - Este projeto teve como objetivo desenvolver e apresentar soluções para as inúmeras empresas que colocaram os seus trabalhadores em contexto de teletrabalho após a pandemia COVID-19. Apesar das vantagens para as empresas e trabalhadores, este método de trabalho possui algumas desvantagens como o isolamento social, diminuição dos níveis de prática de atividade física e consequentemente um estilo de vida mais sedentário, o que trará uma diminuição da produtividade dos trabalhadores destas empresas nas suas tarefas diárias. Este projeto foi desenvolvido por três (3) docentes da ESDRM (Facilitadores) que lecionam na licenciatura de Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis e seis (6) estudantes (Talentos) do curso, no 2.º ano da licenciatura.
- Projeto **“Physical Active Elderly”** – Trata-se de um projeto destinado à população idosa com objetivo de compreender as justificações pelas quais os idosos não aderem à prática de exercício, com especial ênfase, no contexto dos ginásios e *health clubs*, bem como perceber o que pode ser feito para alterar este comportamento. Este projeto foi desenvolvido por 2 docentes da ESDRM (Facilitadores) que lecionam na licenciatura de Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis desenvolvido com 6 estudantes (Talentos) do 2.º ano do Curso de licenciatura em Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis.

No âmbito da intervenção comunitária e da prestação de serviços à comunidade, são promovidos projetos de intervenção e investigação aplicada com o envolvimento de professores e estudantes do curso, designadamente:

- O **Programa PESSOAS COM FIBRA 3.0** (Contrato-Programa de Desenvolvimento Desportivo N.º CP/222/DDT/2022) é um projeto de ligação à comunidade da Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM) do Instituto Politécnico de Santarém (IPSantarém), que se consubstancia na implementação de um programa de exercício físico para indivíduos com Fibromialgia, desenvolvido em parceria com as Unidades de Saúde Familiar (USF Vila Romana e USF Salinas) da cidade de Rio Maior. Este programa é coordenado pela Docente da ESDRM, e Coordenadora do Curso de

Licenciatura em AFEVS, Susana Alves, as sessões são lideradas por uma *Alumni* do Curso em AFEVS, Mónica Sousa, e envolve uma equipa de docentes do Curso.

- **O programa LEVEL_UP-Work** (Contrato-Programa de Desenvolvimento Desportivo N.º CP/231/DDT/2022) é um programa para a comunidade não-docente do IPSantarém, desenvolvido no âmbito do Projeto de Inovação Pedagógica - Metodologia DEMOLA, que consiste na implementação de um programa de atividade física regular e de estratégias de quebra do tempo sedentário. Pretende-se com o projeto um aumento da literacia física e dos níveis de atividade física diária em autonomia, a melhoria da aptidão física e dos indicadores de saúde, do bem-estar psicológico e vitalidade subjetiva, bem como a diminuição do absentismo. O estudo sobre o impacto do programa nas variáveis em estudo contribuirá para evidenciar a importância da implementação de uma cultura organizacional que permita a adoção de um estilo de vida fisicamente ativo e saudável no local de trabalho. Este programa é coordenado pela Docente da ESDRM, e Coordenadora do Curso de Licenciatura em AFEVS, Susana Alves, e envolve uma equipa de docentes do Curso.
- **Diabetes em Movimento® - Rio Maior** - É um programa comunitário de exercício físico para pessoas com diabetes tipo 2, implementado e desenvolvido numa parceria protocolada entre a Escola Superior de Desporto de Rio Maior do Instituto Politécnico de Santarém, a Câmara Municipal de Rio Maior, o ACES Lezíria da Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo (através das Unidades de Saúde de Rio Maior), e o Rio Maior Sports Center – DESMOR EM, ao qual também está associado o projeto DiMOV (Contrato-Programa de Desenvolvimento Desportivo N.º CP/222/DDT/2022). Trata-se de um programa de exercício que decorre em ciclos anuais de nove meses (de outubro a junho), com três sessões semanais de exercício físico (2^{as}, 4^{as} e 6^{as} feiras), de 90 minutos de duração, que inclui ainda 9 sessões de educação para a saúde (em temas fundamentais associados ao controlo da diabetes e de comorbilidade associadas à doença), bem como, a celebração de diversas efemérides associadas à atividade física, saúde e bem-estar. A coordenação nacional deste programa é realizada pela Direção-Geral da Saúde através do Programa Nacional para a Promoção da Atividade Física e do Programa Nacional para a Diabetes, e o Pólo de Rio Maior é Coordenado pela ESDRM-IPSantarém, pelo Docente da ESDRM que leciona no Curso de Licenciatura em AFEVS, Luis Cid, responsável técnico local do programa. Ao longo dos anos da sua implementação e desenvolvimento, as sessões de exercício ficaram sempre a cargo de técnico(a)s de exercício físico (TEF), *Alumni* do Curso em AFEVS, integrando também estudantes deste curso na realização dos seus estágios académicos no âmbito

da UC Projeto II. Atualmente a TEF principal do programa é a *Alumni AFEVS Filipa Cláudio*.

- Projeto de Investigação **"MUTATIS MUTANDIS – Atividade Desportiva, Sensibilização e Mudança"**, financiado pelo IPDJ em 2022 (através do Contrato-Programa de Desenvolvimento Desportivo N.º CP/229/DDT/2022 de 31 de agosto). Este programa teve como objetivo geral, criar condições para um aumento da prática desportiva por parte de pessoas com deficiência, nomeadamente através da eliminação de algumas das barreiras percecionadas para a prática e através da promoção e divulgação de um conjunto de boas práticas/aplicações junto dos clubes e federações, objetivo esse que assenta num pilar da missão do Programa Nacional de Desporto para Todos do IPDJ, I.P. (PNDpT) (designadamente "promover a atividade física e a adoção de estilos de vida mais ativos e saudáveis, em pessoas com deficiência"). De referir ainda a colaboração das Entidades Conselheiras que integram a Comissão Especializada de Desporto Adaptado da Rede de Escolas com Formação em Desporto do Ensino Superior Politécnico Público (REDESPP), nomeadamente o Comité Paralímpico de Portugal (CPP), a Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência (FPDD), Instituto Nacional para a Reabilitação (INR), a Confederação Portuguesa das Associações de Treinadores - Treinadores de Portugal (CPAT). Este Projeto é Coordenado pela Docente da ESDRM, Anabela Vitorino que leciona no Curso de Licenciatura em AFEVS.

A ligação do curso a atividades de formação avançada é também promovida através do desenvolvimento de teses de mestrado e doutoramento a ser desenvolvidas por professores no âmbito do curso, designadamente:

- Efeito de um programa de exercício físico na qualidade de vida em indivíduos diagnosticados com fibromialgia. (Prof.ª Mónica Sousa)

Por fim, destacam-se as seguintes iniciativas dos docentes do Curso em AFEVS realizadas com o envolvimento dos estudantes:

- **Caminhada de Natal 2022** – Este evento foi organizado pelo docente Alfredo Silva, no âmbito da Unidade Curricular de Gestão de Projetos (1.º ano | 1.º Semestre) com envolvimento dos estudantes inscritos. Decorreu no dia 19 de dezembro de 2022 pelas 18:30, na Escola Superior de Desporto de Rio Maior (Concentração), pelas 18h30. Participaram gratuitamente, cerca de 30 participantes da Comunidade Académica e

Riomaioense e efetuaram uma caminhada urbana de intensidade leve e com uma duração de aproximadamente de 50 minutos.

- **Dia Mundial da Atividade Física** – Produção e publicação, no dia 06 de abril de 2022, de um vídeo de sensibilização para a importância da prática de atividade física diária e identificação de algumas propostas. Esta iniciativa foi da responsabilidade da Coordenação de Curso, com envolvimento da Docente Mónica Sousa e dos estudantes do Núcleo de Estudantes do Curso em AFEVS.
- **Dia Mundial da Fibromialgia** – Este evento foi realizado no âmbito da celebração do Dia Mundial da Fibromialgia e foi organizado pela Docente Mónica Sousa em conjunto com as estagiárias Camila Loureiro e Sandra Duarte. Esta sessão comemorativa ocorreu no dia 16 de maio, das 17h30 às 19h00, na Sala 7 das Instalações da Escola Superior de Desporto de Rio Maior. A equipa multidisciplinar do programa “Pessoas com Fibrá” efetuou pequenas palestras sobre a Fibromialgia direcionadas para pessoas com diagnóstico de Fibromialgia e para os seus familiares.
- **Links for Future’23** – Realizou-se no dia 04 de maio (quinta-feira) o Evento “Links for Future – Feira de Estágios’23”. Neste evento, foram realizadas as apresentações dos trabalhos de Estágio dos estudantes, em formato Poster, e uma mesa redonda – “Lifestyle Coach: Eu marco a diferença!” composta por Diplomados em PAL|AFEVS: Dr.^a Lara Deus [Diplomada em Physical Activity and Lifestyle]; Dr. Nuno Curado [Diplomado em Physical Activity and Lifestyle]; Dr.^a Tatiana Francisco [Diplomada em Physical Activity and Lifestyle]; Dr. Tiago Caeiro [Diplomado em Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis]. Adicionalmente, ocorreu um *Corner Recruit*, onde algumas entidades puderam estabelecer contacto e eventualmente marcação de entrevistas profissionais com os estudantes finalistas.
- **Entrevistas finais de estágio’23** – No dia 15 de maio, na sala 7 da Escola Superior de Desporto de Rio Maior, realizou-se as Entrevistas Finais, organizadas pela Docente Susana Alves. Nesta atividade, os estudantes apresentaram os aspetos mais relevantes do trabalho realizado ao longo do estágio e evidenciaram a aquisição das competências objetivadas, bem como, resultados profissionais relevantes. Os trabalhos foram moderados pela docente Susana Alves e contou com a presença dos orientadores académicos.
- **Pitch Produto Profissional Inovador’23**: No dia 16 de maio, pelas 14h30, no Centro de Negócios e Inovação de Rio Maior, realizou-se o *Pitch Produto Profissional Inovador*, organizado pelo Docente Hugo Dinis. Foram apresentados cinco (5) ideias de negócio, desenvolvidas no âmbito da UC de Projeto II e contou com a presença de um Júri, com elementos internos e externos, altamente qualificado.

-
- **Seminário'23** – No dia 17 de maio foi organizado, pelo Docente Nuno Couto, um momento formal de apresentações e defesa pública dos trabalhos de investigação aplicada. Os trabalhos de investigação apresentados foram realizados no âmbito da UC de Seminário e contou com a presença de um Júri altamente qualificado.
 - **Comunicação oral em Congresso:** No dia 28 de setembro as estudantes Sara Roberto e Adriana Silva efetuaram uma comunicação oral no 5.º Congresso da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) intitulada: Efeitos de um programa de exercício físico na sintomatologia depressiva em idosos institucionalizados: um estudo experimental.

4.4 - Resultados dos inquéritos

- Mapa Avaliação do Curso / Escola – Anexo 2
- Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 1º semestre – Anexo 3
- Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 2º semestre – Anexo 4

5- Análise SWOT do ciclo de estudos

5.1 – Pontos fortes (*Strengths*)

- Maior aceitação e reconhecimento por parte das entidades empregadoras e da sociedade para com as competências do profissional de atividade física;
 - Elevada procura do curso no âmbito do CNA;
 - Corpo docente próprio altamente qualificado e especializado;
 - Elevada satisfação por parte dos estudantes;
 - Existência de uma comissão de curso, paritária, composta por docentes e estudantes, a saber: Susana Alves (Coordenadora de Curso); Mónica Sousa (Docente e *Alumni* AFEVS); Rafael Oliveira (Docente); Nuno Couto (Docente); Cristina Portela (Docente); Constança Lopes (Estudante do 1.º ano); Luis Rodrigues (Estudante do 1.º ano); Miguel Ferreira (Estudante do 2.º ano); Rodrigo Cardoso (Estudante do 2.º ano) e Catarina Marques (Estudante do 3.º ano);
 - A existência de uma rede internacional - PAL Network;
 - Realização de atividades de internacionalização através de um BIP da PAL Network;
 - Projetos de investigação aplicada em áreas relevantes para a promoção da AF e Estilos de Vida Saudáveis;
 - Estágios em contextos diferenciados: Hospitais Distritais, Clínicas de Saúde, Clínicas de Fisioterapia, Autarquias, Escolas, Lares e Centros de Dia, Estúdios de Treino Personalizado, Clubes Desportivos;
 - Elevada empregabilidade dos diplomados, acima de 95%;
-

-
- Desenvolvimento de Programas de Promoção da AF e Estilos de Vida Saudáveis (Pessoas com Fibra; LEVEL UP Work e LEVEL UP Students).

5.2 – Pontos fracos (*Weaknesses*)

- Necessidade de promover mais UCs de cariz prático;
- Necessidade de maior coordenação entre professores e conteúdos de UCs no âmbito de cada semestre;
- A aquisição e aplicação de conhecimentos e competências ao nível da mudança comportamental (3.º semestre) sem conhecimentos e competências na nutrição (4.º semestre) causa constrangimentos aos estudantes em atividades de aconselhamento ou implementação de programas de mudança comportamental no domínio do comportamento alimentar;
- Incremento de mais conteúdos e competências nas áreas fisiológicas;
- Necessidade de ter docentes de carreira da área disciplinar da nutrição.

5.3 – Oportunidades (*Opportunities*)

- Aumento da necessidade de intervenção sobre as doenças relacionadas com um estilo de vida sedentário;
- Crescente abertura para a integração de profissionais da atividade física no SNS;
- Crescente perceção da sociedade para a importância da prevenção em saúde;
- Crescente procura de entidades empregadoras com vista a integrar profissionais de atividade física (*Lifestyle Coach*) e a realização de estágios profissionais.
- Celebração de protocolo com empresas municipais locais (DESMOR) para realização de treino de competências no semestre da Nutrição.

5.4 – Constrangimentos (*Threats*)

- Nova profissão com reduzido número de profissionais a atuar no mercado de trabalho;
- Falta de regulação profissional no âmbito da intervenção em atividade física e estilos de vida saudáveis;

6- Propostas de ação de melhoria

6.1 – Ações de melhoria

1. Propor o envolvimento de mais docentes ligados às áreas da saúde e da nutrição;

-
2. Designar um professor de referência para cada semestre promovendo uma maior ligação entre as unidades curriculares (UCs) para um acompanhamento em maior proximidade dos estudantes;
 3. Elaborar proposta de adequação do plano de estudos às necessidades identificadas pelos estudantes de aumento das UC de cariz prático;
 4. Promover a implementação das metodologias de ensino ativas (ex: *Problem Based Learning*) em mais UCs;
 5. Propor a permuta dos semestres que compõem o 2.º ano do curso;
 6. Estimular o envolvimento de mais docentes e estudantes em atividades de internacionalização;
 7. Diversificar a interação com entidades empregadoras de novos setores de atuação;
 8. Promover mais programas/parcerias que permitam o envolvimento do estudante/profissional AFEVS em diferentes contextos e patologias.

6.2 – Prioridade

1. Envolvimento de docentes com competências a área da saúde
2. Promoção das metodologias ativas
3. Elaboração de proposta de adequação do plano de estudos

6.3 – Indicador de implementação

1. Envolver mais 2 docentes ligados às áreas da saúde e da nutrição;
2. Ter um professor de referência em cada semestre;
3. Elaboração de proposta de adequação do plano de estudos apresentado no âmbito do processo de autoavaliação do curso pela A3ES;
4. Implementar as metodologias de ensino ativas em 2 novas UC;
5. Estimular a realização de 4 mobilidades internacionais de docentes do curso junto das instituições de ensino parceiras da PAL Network.

Siglas- Origem dos dados/Responsável por fornecer os dados à Coordenação de Curso para elaboração do relatório:

SIGARRA: Plataforma de Serviços de Gestão Académica

GPAQ - Gabinete de Planeamento Avaliação Qualidade

DESCRIÇÃO [texto aberto, podendo ser incluídas tabelas, gráficos, etc...]

Sobre o curso de Licenciatura em Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis, pode-se adicionalmente destacar o seguinte:

Relevância do Curso no âmbito da Promoção da Saúde:

O curso está posicionado estrategicamente para enfrentar os desafios das sociedades modernas, centrando-se nas principais causas de doenças crônicas associadas ao estilo de vida, de acordo com uma abordagem proactiva na promoção da saúde e da prevenção de doenças, alinhada com as crescentes preocupações da OMS.

Perfil Interdisciplinar e Versatilidade Profissional:

O curso tem uma natureza interdisciplinar proporciona aos diplomados a capacidade de integrar-se em diversas organizações relacionadas à atividade física e saúde.

Combate a Doenças Crônicas:

O curso reflete uma preocupação com a resposta às necessidades emergentes no âmbito da saúde focando-se na prevenção e combate às doenças crônicas não transmissíveis, como a obesidade, o diabetes tipo II e as doenças cardiovasculares.

Empreendedorismo e Desenvolvimento de Negócios:

O curso estimula as competências empreendedoras dos diplomados, capacitando-os para desenvolverem seus próprios modelos e planos de negócios, criando oportunidades novas oportunidades de trabalho no âmbito da atividade física e estilos de vida saudáveis.

Ampla versatilidade de atuação:

Os diplomados não estão limitados a um setor específico, podendo atuar tanto no setor público (unidades de saúde, municípios, centros comunitários, lares, centros de dia, escolas) quanto no setor privado (empresas, seguradoras). Essa versatilidade permite uma ampla variedade de oportunidades de emprego.

Resposta aos desafios futuros:

O curso promove junto dos seus diplomados a sua capacidade de resposta aos desafios futuros, promovendo a sua adaptação às necessidades e tendências emergentes na área de saúde e bem-estar.

ANEXOS

- Anexo 1 – Total de inscritos no ano letivo 2022/2023 na ESDRM por município de residência
- Anexo 2 – Mapa Avaliação do Curso / Escola
- Anexo 3 – Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 1.º semestre
- Anexo 4 – Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 2.º semestre

Avaliação do Curso e Escola pelos Estudantes
Ano letivo 2022/2023 - 1º Semestre

ANEXO 2

CURSO	AFEVS
--------------	-------

1 – Discordo Totalmente 2 – Discordo 3 – Concordo 4 – Concordo Totalmente S/O – Sem Opinião N/A – Não Se Aplica NR – Não Resposta

ORGANIZAÇÃO DO CURSO	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
▪ A estrutura curricular do curso está adequada aos objetivos do mesmo	3	2,9	27	1	0	21	2	3	0	0
▪ As unidades curriculares estão articuladas entre si	3,1	2,9	27	1	0	19	5	2	0	0
▪ A estrutura curricular do curso proporciona o contacto com atividades de investigação	3	2,9	27	1	2	18	3	3	0	0
▪ Os estudantes estão satisfeitos com o horário letivo	3	2,9	27	2	1	16	6	2	0	0
▪ Os estudantes estão satisfeitos com o guia informativo do curso	3	2,9	27	1	2	18	4	2	0	0

1 –Insuficiente 2 –Suficiente 3 –Excessiva S/O – Sem Opinião N/A – Não Se Aplica NR – Não Resposta

CARGA HORÁRIA DO CURSO (de acordo com o tipo de aulas previsto no plano de estudos/programa)	Média	Média Global	Total Resp.	Insuficiente	Suficiente	Excessiva	S/O	N/A	NR
▪ Aulas Teóricas	2,1	2,1	27	1	19	4	0	3	0
▪ Aulas Teórico-Práticas	1,8	1,9	27	4	20	0	0	3	0
▪ Aulas Práticas/Laboratoriais	1,6	1,7	27	10	13	1	0	3	0
▪ Trabalho de Campo	1,7	1,7	27	10	13	2	0	2	0
▪ Estágio/Projecto	1,9	1,9	27	3	13	1	0	10	0
▪ Seminário	1,9	1,8	27	3	12	1	0	11	0
▪ Orientação tutorial	1,9	1,9	27	2	15	1	0	9	0
▪ Carga horária global	2	2,1	27	1	20	2	0	4	0

COORDENAÇÃO DO CURSO	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
▪ A coordenação de curso demonstra disponibilidade para atendimento	3,1	3	27	1	0	17	4	5	0	0
▪ A coordenação de curso resolve de forma rápida e eficaz as questões identificadas pelos estudantes	3	2,8	27	1	1	17	3	5	0	0
▪ A coordenação de curso realiza iniciativas diversificadas	3	2,9	27	1	1	15	4	6	0	0

GRAU DE SATISFAÇÃO GLOBAL DO CURSO	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
▪ Os estudantes consideram-se, globalmente, satisfeitos com o funcionamento do curso	3	2,9	27	1	1	18	4	3	0	0

ASPETOS MAIS POSITIVOS DO CURSO
200

ASPETOS MAIS NEGATIVOS DO CURSO

201

SUGESTÕES PARA A MELHORIA DO CURSO

202

1 – Muito Insatisfeito 2 – Insatisfeito 3 – Satisfeito 4 – Muito Satisfeito S/O – Sem Opinião N/A – Não Se Aplica NR – Não Resposta

SATISFAÇÃO COM AS CONDIÇÕES DE TRABALHO NA ESCOLA	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
▪ Equipamentos informáticos disponíveis	2,9	2,8	27	1	1	19	0	6	0	0
▪ Software disponível	2,9	2,8	27	1	1	17	1	7	0	0
▪ Qualidade das salas de aula	2,9	3	27	1	3	17	3	3	0	0
▪ Qualidade das salas de Informática	2,8	2,8	27	1	2	15	0	9	0	0
▪ Qualidade das salas de estudo/trabalho em grupo	2,9	3	27	1	2	18	2	4	0	0
▪ Qualidade dos ateliês / Oficinas	2,9	2,8	27	1	0	15	1	10	0	0
▪ Qualidade dos Laboratórios	2,9	2,9	27	1	0	14	1	11	0	0
▪ Qualidade dos Ginásios	2,9	2,9	27	1	3	16	3	4	0	0
▪ Qualidade da Biblioteca	3,1	3,1	27	1	0	15	5	6	0	0
▪ Condições de higiene	3,2	3,2	27	1	1	15	7	3	0	0
▪ Condições de segurança	3,3	3,2	27	0	1	15	8	3	0	0

SATISFAÇÃO COM O FUNCIONAMENTO DOS SERVIÇOS	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
▪ Serviços Académicos	2,9	2,9	27	1	2	18	2	4	0	0
▪ Serviço de Biblioteca	3	3,1	27	1	0	17	3	6	0	0
▪ Serviço de Informática	3,1	2,9	27	1	0	14	4	8	0	0
▪ Serviço de Tesouraria	2,9	3	27	1	1	14	2	9	0	0
▪ Serviço de Reprografia	2,9	2,8	27	1	1	11	2	12	0	0
▪ Serviços de Apoio: Serviço de Telefonista	2,9	2,9	27	1	1	14	2	9	0	0
Serviço de Bar	3,2	3,2	27	1	2	11	10	3	0	0
Serviço de Refeitório	3,2	3,2	27	1	1	8	7	10	0	0
Serviços de Ação Social	3,1	2,9	27	1	1	10	4	11	0	0
Serviço da Provedoria do Estudante	3	2,9	27	1	1	10	3	12	0	0
▪ Gabinete de Mobilidade e Cooperação Internacional (Erasmus)	3,1	3	27	1	1	8	5	12	0	0
▪ Gabinete de Apoio Psicopedagógico da Escola / IPS	2,9	3	27	1	1	11	2	12	0	0

SATISFAÇÃO COM A COMUNICAÇÃO E IMAGEM	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
▪ Informação disponível na página Web do IPS	3	2,9	27	1	1	15	4	6	0	0

▪ Informação disponível na página Web da Escola	3	2,9	27	1	1	16	3	6	0	0
▪ Imagem da Escola na comunidade envolvente/sociedade	3	3	27	1	1	17	3	5	0	0
▪ Imagem do IPS na comunidade envolvente/sociedade	3	2,9	27	1	1	15	3	7	0	0

INTEGRAÇÃO DO ESTUDANTE NA COMUNIDADE ACADÉMICA	Média	Média Global	Total Resp.	Sim	NÃO	S/O	N/A	NR
▪ Envolvimento dos estudantes na Associação de Estudantes e/ou Núcleos	1,5	1,7	27	13	14	0	0	0
▪ Envolvimento dos estudantes em atividades pedagógicas e científicas (participação e/ou organização de workshops, seminários, congressos)	1,6	1,6	27	12	15	0	0	0
▪ Envolvimento dos estudantes em atividades culturais, artísticas, desportivas, sociais e cívicas no âmbito da Escola	1,6	1,6	27	10	17	0	0	0
▪ Os estudantes consideram-se, globalmente, integrados na comunidade académica da Escola	1,4	1,4	27	15	12	0	0	0

SUGESTÕES PARA A MELHORIA Da escola
203

6/10/2023 16:29:53

-- Respostas Abertas --

200 - - - Maior eficácia na resolução de diversos assuntos

200 - - - Maior disponibilidade e maior capacidade de resolução de problemas dos alunos.

201 - - - Perda excessiva do tempo pessoal

201 - - - Carga horária.

muita carga teórica.

falta de conhecimento da correção das avaliações- frequências.

201 - - - Existem cadeiras que falam do mesmo.

201 - - - Poucas aulas práticas

201 - - - Poucas aulas práticas

Excesso de aulas teóricas

201 - - - Neste semestre as cadeiras tinham muita matéria em comum

201 - - - Mais que 1 professor na mesma cadeira leva a desorganização e má passagem de informação aos alunos

O mesmo professor em várias cadeiras não é benéficos, algumas vezes

201 - - - Má organização entre as Uc's

202 - - - Diminuição da carga dos trabalhos

202 - - - Maior diversidade de aulas práticas.

202 - - - Haver mais cadeiras práticas.

202 - - - Mais horas de prática

202 - - - Apenas 1 professor por cadeira ou, no caso de não ser possível, melhor organização e comunicação entre os mesmos. Melhor planeamento de aulas e cumprimento do mesmo, por parte de ambos os professores.

203 - - - Maior conhecimento na área

203 - - - organização dos conteúdos do curso.

disponibilidade dos professores para a concretização e solução de problemas.

203 - - - O curso prepara-nos bem para o estágio

203 - - - Carga Horária

Método de Ensino

203 - - - Cadeiras onde os alunos desenvolvem uma intervenção a um cliente real, procurando ganhar prática para o futuro e procurando estratégias para o tipo de cliente onde está a intervir

203 - - - Disponibilidade dos docentes

INQUÉRITOS PEDAGÓGICOS
ANEXO 3
Avaliação das Unidades Curriculares pelos Estudantes
Ano letivo 2022/2023 - 1º Semestre

UNIDADE CURRICULAR (UC)/MÓDULO			
DOCENTE			
CURSO	AFEVS - Licenciatura em Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis		
ANO		Nº de respondentes/total alunos	34/81
ESCOLA			

◀ DISCORDO TOTALMENTE							CONCORDO TOTALMENTE ▶		SO/NR – Sem Opinião/Não responde NA – Não Aplicável SR – Sem Resposta				
1	2	3	4	5	6	7							

AVALIAÇÃO DO FUNCIONAMENTO DA UC	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
Os objetivos da UC são claros.	6	5,7	170	3	2	3	5	22	62	70	3	0	0
A UC representa um contributo para a aquisição de competências associadas ao curso.	6,2	5,8	170	1	1	3	6	13	64	80	2	0	0
As plataformas online de aprendizagem e acesso à informação (Moodle, Sigarra, e-raízes, etc.) utilizadas na UC são adequadas.	6	5,7	170	2	2	3	12	16	62	69	2	2	0
Os procedimentos de avaliação das UC estão adequados aos respetivos objetivos de aprendizagem.	6	5,6	170	3	2	4	6	21	66	66	2	0	0
Os materiais de apoio disponíveis foram úteis.	5,7	5,6	170	7	3	10	9	12	63	61	4	1	0
Os métodos de avaliação foram adequados aos conteúdos da UC.	6,1	5,6	170	2	2	4	5	15	70	70	2	0	0
A UC promove o sentido crítico sobre o tema no contexto social e profissional.	6,1	5,6	170	3	0	0	10	14	78	59	6	0	0
A UC promove a autonomia na aprendizagem.	6,1	5,7	170	0	1	1	6	22	74	64	2	0	0
A UC promove o desenvolvimento de novas competências e capacidades.	6,2	5,8	170	0	0	1	6	18	74	69	2	0	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com o funcionamento da UC.	5,9	5,5	170	3	3	7	7	19	62	66	3	0	0

AVALIAÇÃO DA INTERVENÇÃO DO/A DOCENTE	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
O/a docente expôs a informação com clareza.	6,1	5,7	287	6	3	5	8	26	92	133	10	4	0
A intervenção do/a docente estimulou o interesse sobre os conteúdos programáticos da UC.	5,9	5,5	287	9	6	7	8	33	88	122	10	4	0
Há preocupação por parte do docente relativamente ao desempenho dos/das estudantes.	6,1	5,7	287	4	8	5	8	21	93	132	12	4	0
O/a docente esclarece dúvidas quando solicitado.	6,3	6	287	7	3	1	1	16	100	147	8	4	0
O/a docente estimula à participação e discussão.	6,1	5,7	287	4	6	7	8	20	97	127	13	5	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com a intervenção do/a docente.	6,1	5,7	287	8	3	9	5	28	90	132	8	4	0

AUTOAVALIAÇÃO DO/A ESTUDANTE	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
Vou regularmente às aulas (não faltei a mais do que duas/três).	6,4	6,1	169	6	0	2	0	3	59	99	0	0	1
Por norma envolvo-me ativamente nas atividades propostas na UC.	6	5,8	169	3	1	1	9	22	70	63	0	0	1
Adquiri novos conhecimentos e competências.	6,2	5,9	169	2	1	2	6	13	70	75	0	0	1
Considero-me globalmente satisfeito/a com a minha prestação, enquanto estudante, nesta UC.	6,2	5,8	169	1	3	2	4	15	69	71	4	0	1

1 – Insuficiente 2 – Suficiente 3 – Excessiva **SO/NR** – Sem Opinião/Não responde **NA** – Não Aplicável **SR** – Sem Resposta

AVALIAÇÃO DA CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	SO/NR	NA	SR
Componente Teórica	2	2,1	170	6	141	14	8	1	0
Componente Prática	19	19	170	18	127	4	15	6	0
N.º de horas de Contacto	19	2	170	16	140	4	10	0	0
Nº de horas de Trabalho Autónomo	21	2	170	4	137	20	8	1	0

SE AVALIOU A CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC COMO SENDO INSUFICIENTE, INDIQUE O PRINCIPAL MOTIVO:

O programa é pouco extenso	22
Trabalho excessivo noutras Ucs	20
A matéria já foi lecionada noutra UC	4
Repetência nesta Uc	3
Outras razões.	13
NR	108

SE AVALIOU A CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC COMO SENDO EXCESSIVA, INDIQUE O PRINCIPAL MOTIVO

Trabalhos extensos ou complexos	32
Falta de preparação anterior para acompanhar esta UC	10
Problemas de organização da UC	9
Outras razões	14
NR	105

INQUÉRITOS PEDAGÓGICOS
ANEXO 4
Avaliação das Unidades Curriculares pelos Estudantes
Ano letivo 2022/2023 - 2º Semestre

UNIDADE CURRICULAR (UC)/MÓDULO			
DOCENTE			
CURSO	AFEVS - Licenciatura em Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis		
ANO		Nº de respondentes/total alunos	28/84
ESCOLA	Escola Superior de Desporto de Rio Maior		

◀ DISCORDO TOTALMENTE							CONCORDO TOTALMENTE▶		SO/NR – Sem Opinião/Não responde NA – Não Aplicável SR – Sem Resposta		
1	2	3	4	5	6	7					

AVALIAÇÃO DO FUNCIONAMENTO DA UC	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
Os objetivos da UC são claros.	5,5	5,5	108	2	2	1	9	9	63	5	14	3	0
A UC representa um contributo para a aquisição de competências associadas ao curso.	5,6	5,6	108	0	4	1	9	7	62	7	16	2	0
As plataformas online de aprendizagem e acesso à informação (Moodle, Sigarra, e-raízes, etc.) utilizadas na UC são adequadas.	5,6	5,6	108	1	2	1	5	13	62	6	16	2	0
Os procedimentos de avaliação das UC estão adequados aos respetivos objetivos de aprendizagem.	5,7	5,5	108	0	2	1	7	9	62	9	17	1	0
Os materiais de apoio disponíveis foram úteis.	5,8	5,5	108	0	2	1	5	11	57	14	12	6	0
Os métodos de avaliação foram adequados aos conteúdos da UC.	5,8	5,5	108	0	2	0	6	9	64	8	15	4	0
A UC promove o sentido crítico sobre o tema no contexto social e profissional.	5,6	5,5	108	0	2	2	8	9	63	5	15	4	0
A UC promove a autonomia na aprendizagem.	5,7	5,6	108	0	2	2	7	10	62	7	14	4	0
A UC promove o desenvolvimento de novas competências e capacidades.	5,8	5,6	108	0	2	1	6	8	59	13	17	2	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com o funcionamento da UC.	5,7	5,5	108	0	1	1	9	7	63	9	16	2	0

AVALIAÇÃO DA INTERVENÇÃO DO/A DOCENTE	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
O/a docente expôs a informação com clareza.	5,6	5,6	260	6	7	7	15	18	142	30	29	6	0
A intervenção do/a docente estimulou o interesse sobre os conteúdos programáticos da UC.	5,6	5,5	260	6	4	8	20	18	136	32	28	8	0
Há preocupação por parte do docente relativamente ao desempenho dos/das estudantes.	5,8	5,6	260	3	1	3	19	15	136	43	29	11	0
O/a docente esclarece dúvidas quando solicitado.	6	5,8	260	2	2	0	15	11	145	48	30	7	0
O/a docente estimula à participação e discussão.	5,8	5,7	260	4	2	3	22	16	132	43	31	7	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com a intervenção do/a docente.	5,7	5,6	260	3	3	7	17	15	139	40	27	9	0

AUTOAVALIAÇÃO DO/A ESTUDANTE	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
Vou regularmente às aulas (não faltei a mais do que duas/três).	5,8	5,6	108	2	3	3	7	1	49	28	11	4	0
Por norma envolvo-me ativamente nas atividades propostas na UC.	5,6	5,6	108	2	1	3	10	9	48	17	15	3	0
Adquiri novos conhecimentos e competências.	5,8	5,7	108	2	1	2	5	6	55	21	12	4	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com a minha prestação, enquanto estudante, nesta UC.	5,8	5,6	108	2	1	2	7	6	49	25	15	1	0

1 – Insuficiente 2 – Suficiente 3 – Excessiva **SO/NR** – Sem Opinião/Não responde **NA** – Não Aplicável **SR** – Sem Resposta

AVALIAÇÃO DA CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	SO/NR	NA	SR
Componente Teórica	2	2,1	108	4	77	5	20	2	0
Componente Prática	1,9	1,9	108	9	76	2	19	2	0
N.º de horas de Contacto	2	2	108	6	77	4	20	1	0
Nº de horas de Trabalho Autónomo	2,1	2	108	1	77	10	20	0	0

SE AVALIOU A CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC COMO SENDO INSUFICIENTE, INDIQUE O PRINCIPAL MOTIVO:

O programa é pouco extenso	10
Trabalho excessivo noutras Ucs	16
A matéria já foi lecionada noutra UC	6
Repetência nesta Uc	7
Outras razões.	19
NR	50

SE AVALIOU A CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC COMO SENDO EXCESSIVA, INDIQUE O PRINCIPAL MOTIVO

Trabalhos extensos ou complexos	19
Falta de preparação anterior para acompanhar esta UC	4
Problemas de organização da UC	10
Outras razões	19
NR	56